



Comunidad de Madrid

### TEST 0-HIKING IN THE MOUNTAINS

An Irish family you know are visiting Madrid for a week and would like to go hiking in the mountains. They are good hikers and they would like to combine the hiking with some cultural sights. They've found the information about the 2 routes below and would like you to explain it to them since their Spanish is still poor and they don't understand it well. Please tell them the relevant details for them and mention any sociocultural aspects that you consider important.

#### La Cabrera - Valdemanco - La Cabrera - La Sierra de La Cabrera

A la importancia del entorno geológico y arqueológico de esta ruta se suma el valioso entorno cultural con distintos elementos de interés. De todos ellos, el Convento de San Antonio es considerado como una joya del patrimonio de la Sierra Norte. Se trata de un antiguo convento franciscano (s. XIV). En el denominado "Cancho Gordo", por encima del Convento de San Antonio se han localizado restos neolíticos de la Edad de Piedra, como puntas de flecha, etc.

Próximo también al Convento de San Antonio, se localiza el "Cerro de la Cabeza", donde se han encontrado restos de un antiguo poblado, muy probablemente celtíbero, así como restos de una Necrópolis Cristiano-Medieval.

<b>MIDE</b>		La Sierra de La Cabrera	
horario	4h 45	3	severidad del medio natural
desnivel de subida	624 m	2	orientación en el itinerario
desnivel de bajada	624 m	3	dificultad en el desplazamiento
distancia horizontal	13,9 km	3	cantidad de esfuerzo necesario
tipo de recorrido	Circular		
Condiciones de todo el año, tiempos estimados según criterio MIDE, sin paradas. Calculado sobre datos de 2016			

#### Prádena del Rincón - Por la Cañada de las Merinas

La ruta que parte de Prádena del Rincón rodea la dehesa de este pueblo. La cañada pasa por prados y dehesas, atraviesa arroyos y nos deja bonitas perspectivas de la Sierra de la Puebla, de la Sierra del Rincón, del Valle del Lozoya y de las cumbres y cordeles de la Sierra de Guadarrama.

Hay una alternativa si queremos reducir la distancia de la ruta. A la altura del mirador temático "La Cuadra" donde se halla una antigua construcción, en vez de desviarnos del camino y girar hacia el Sur (izquierda según el sentido de nuestra marcha) seguiríamos por el camino de zahorra blanca de frente.

<b>MIDE</b>		Cañada de las Merinas. Prádena del Rincón.	
horario	2h 25	2	severidad del medio natural
desnivel de subida	172 m	2	orientación en el itinerario
desnivel de bajada	172 m	1	dificultad en el desplazamiento
distancia horizontal	8,3 km	2	cantidad de esfuerzo necesario
tipo de recorrido	Circular		
Condiciones de todo el año, tiempos estimados según criterio MIDE, sin paradas. Calculado sobre datos de 2016			

(texto adaptado) © www.abc.es

You have 5 minutes to prepare during which you can take notes. While speaking you can refer to this card and your notes but not read them. Make sure you mention any sociocultural factors which may be important. Speaking time: 2-3 minutes. You will be recorded.